

ОГБОУ «Центр образования для детей с особыми образовательными потребностями г. Смоленска»

Успехов Вам!

Памятка для родителей
«Оказание психологической поддержки первокласснику»

*Памятку подготовила педагог-психолог
Пархоменко В.А.*

Рекомендации родителям по оказанию психологической поддержки первокласснику

Уважаемые родители наших первоклассников!

Поддержите в ребенке его стремление стать первоклассником.

Ваша искренняя заинтересованность в его учебных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут ребёнку подтвердить значимость его нового положения и деятельности.

Рекомендации по общению с ребёнком

- ✓ Объясните первокласснику необходимость и целесообразность правил и норм, связанных с учёбой.
- ✓ Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.
- ✓ Будьте ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть Вашу улыбку и услышать ласковый голос.
- ✓ После учебных занятий не торопите садиться за уроки, необходимо часа два отдыха (а в первом классе хорошо бы часа полтора доспать) для восстановления сил. Лучшее время для приготовления уроков с 15 до 17 часов.
- ✓ Не заставляйте делать все уроки в один присест, после 15-20 минут занятий необходимы 10-15-минутные «переменки».

- ✓ Помните, что ребёнок может концентрировать внимание не более 10-15 минут. Поэтому, когда вы с ним будете делать уроки, через каждые 10-15 минут необходимо прерываться на гимнастику для глаз или рук.
- ✓ Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите, за что можно было бы его похвалить. Помните, что похвала и эмоциональная поддержка («Молодец!», «Ты так хорошо справился!») способны заметно повысить интеллектуальные достижения человека.
- ✓ Учение — это нелегкий и ответственный труд. Поступление в школу существенно меняет жизнь ребенка, но не должно лишать ее многообразия, радости, игры. У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.
- ✓ Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или психологу.